

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
1	2	3	4	5
FERIADO	- Sopa de Lentilhas - Pataniscas de Bacalhau com Arroz de Tomate - Pataniscas de Legumes com Arroz de Tomate (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Espinafres - Carne de Vaca Estufada com Puré e Legumes - Ervilhas estufadas com Legumes e Puré (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Canja - Filetes com Arroz de Legumes - Tofú no Forno com Arroz de Legumes (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Peixe - Frango Assado com Esparguete - Feijão Manteiga Estufado com Massa (Opção vegetariana) - Fruta ²
8	9	10	11	12
- Sopa de Alface - Pataniscas de Legumes com Arroz de Cenoura - Fruta ²	- Creme de Legumes - Strogonoff de Perú com Arroz - Estufadinho de Ervilhas e Cenouras com Arroz (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Ervilha e Cenoura - Bacalhau à Casa - Salada de Grão com Ovo e Batata (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Feijão-verde - Franguinho com Massa e Brócolos - Legumes Salteados com Lentilhas e Massa (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Nabiças - Douradinhos com Arroz de Cenoura - Douradinhos de Espinafres com Arroz de Cenoura (Opção vegetariana) - Fruta ²
15	16	17	18	19
- Sopa de Grão com Espinafres - Feijão Preto Estufado com Arroz Branco - Fruta ²	- Caldo Verde - Medalhões de Pescada com molho branco e Puré - Puré com Estufado de Salsicha Vegetariana (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Alho Francês - Bife de Perú com Cogumelos e Natas com Arroz - Cogumelos e Rebentos de Soja Salteados com Arroz (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Feijão - Atum Gratinado com Legumes e Macarrão - Seitan com Batata Assada (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Creme de Cenoura - Feijoada com Arroz Branco - Feijoada Vegetariana com Arroz (Opção vegetariana) - Fruta ²
22	23	24	25	26
- Sopa de Couve - Hambúrgueres de Grão com Arroz Primavera - Fruta ²	- Creme de Couve-flor - Cozido à Portuguesa - Cozido Vegetariano (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Caldo Verde - Bacalhau à Gomes de Sá - Legumes à Gomes de Sá (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Alface - Arroz com Estufado de Salsichas - Arroz com Estufado de Salsicha Vegetariana (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa Juliana - Pescada estufada com batatas e brócolos - Estufadinho de ervilhas com batatas e brócolos (Opção vegetariana) - Fruta ²
29	30	31	1/6	2/6
- Sopa de Ervilha e Cenoura - Lasanha Vegetariana - Fruta ²	- Sopa de Lentilhas - Pataniscas de Bacalhau com Arroz de Tomate - Pataniscas de Legumes com Arroz de Tomate (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Creme de Legumes - Bifes de Frango Grelhado com Salada Russa - Salada Russa com Ovo Cozido (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Espinafres - Empadão de Arroz com Atum - Empadão de Arroz com misto de Vegetais (Opção vegetariana) - Fruta ²	- Sopa de Peixe - Rolo Misto com Puré - Feijão Manteiga Estufado com Puré (Opção vegetariana) - Fruta ²

Nota 1: A ementa pode estar sujeita a alterações devido a imprevistos.

Nota 2: Admite-se o serviço de sobremesa doce, uma vez por semana, em alternativa à **fruta**.

Nota 3: Solicita-se que a opção por **refeição vegetariana** seja transmitida com 2 dias de antecedência.

Nota 4: Em ementas cujo prato não apresente hortícolas, encontram-se à disposição, pelo menos, três hortícolas crus.